



بررسی عوامل موثر بر فشار خون بالا در جمعیت روستایی بالای ۳۰ سال - شهرستان اسلام آباد غرب - ۱۳۹۲

نویسندگان: محمود و کیلی^۱، نرجس حسینی^۲، زهرا فرزانه^۳، مریم فلاحتی^۴، اکرم السادات حسینی^۵، شکوه فاضل پور^۶، وحید روندی^۴

۱. دانشیار گروه پزشکی اجتماعی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد

۲. نویسنده مسئول: دانشجوی کارشناسی ارشد آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی

درمانی شهید صدوقی یزد تلفن تماس: ۰۹۱۳۳۵۰۳۹۲۱ Email: narjess.hosseini@gmail.com

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان

۴. کارشناس دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد

۵. کارشناس بهداشت عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد

۶. کارشناس ارشد آموزش بهداشت گروه خدمات بهداشتی دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی یزد

چکیده

مقدمه: یکی از مهم‌ترین بیماری‌های غیر واگیر در تمام گروه‌های سنی، پرفشاری خون است و اغلب بدون علامت، سریعاً قابل تشخیص و درمان پذیر است و اگر درمان نشود ممکن است منجر به عوارض کشنده شود. این مطالعه به منظور "بررسی علل فشارخون بالا در جمعیت روستایی بالای ۳۰ سال شهرستان اسلام آباد غرب" انجام گرفت.

روش بررسی: نوع مطالعه در این پژوهش توصیفی - تحلیلی است که به منظور تشخیص و اهمیت ریسک فاکتورهای فشارخون بالا انجام گرفت. جامعه مورد مطالعه ۳۲۰ نفر از بیماران فشارخون بالا در جمعیت روستایی بالای ۳۰ سال شهرستان اسلام آباد غرب می‌باشند. که به صورت تصادفی ساده از بین بیماران فشارخونی انتخاب شده‌اند. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه بود که روایی آن توسط کارشناسان تأیید و جهت پایایی ۵٪ از افراد مورد بررسی انتخاب شدند تا به سؤالات پرسشنامه پاسخ دهند، و با مشاهده اشکالات موجود در پرسشنامه تغییرات اصلاحی صورت پذیرفت. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS آزمون‌های paired t-test, chi2 تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: از مجموع ۳۲۰ نفر از بیماران مورد بررسی ۱۰۹ نفر مرد و ۲۱۱ نفر زن بودند و فشارخون بالا در زنان بالای ۵۰ سال، متأهل و خانه‌دار بیشتر از مردان بود. ۸۱٪ مردان و ۸۲٪ زنان دارای فشارخون بی‌سواد هستند و حدود ۷۸٪ از جمعیت مورد مطالعه نمک زیادی مصرف می‌کنند میزان مصرف مواد غذایی مثل ماهی بسیار کم و میزان مصرف میوه و سبزیجات خوب بوده است. (۹۶٪)، ۷۴٪ از افراد مورد مطالعه دارای سابقه خانوادگی فشارخون بالا و ۱۲٪ مبتلا به دیابت بودند که آمار زنان در این مطالعه ۳ برابر مردان است. در حدود ۱۵٪ مردان و ۲۳٪ زنان سابقه چربی خون بالا دارند و ۸٪ مردان و ۱۳٪ زنان دارای بیماری کلیوی هستند

نتیجه‌گیری: شیوع فشارخون در جمعیت روستایی با توجه به عدم مصرف مرغ و ماهی و استفاده از گوشت قرمز و مصرف نمک زیاد در بین جمعیت مورد مطالعه بالا است و در زنان شیوع بالاتر است برای کنترل فشارخون در این جمعیت استفاده از آموزش‌های چهره به چهره (با توجه به سطح سواد پایین آن‌ها) و ترغیب مردم به استفاده کمتر از نمک در رژیم غذایی خود و همچنین جایگزین کردن گوشت ماهی و مرغ به جای گوشت قرمز، و بررسی و معاینه افراد در دوره‌هایی بیشتر از دوره‌های روتین که تیم سلامت مرکز انجام می‌دهند.

واژه‌های کلیدی: فشارخون بالا، عوامل خطر، جمعیت روستایی اسلام آباد غرب

طلوع بهداشت

دو ماهنامه علمی پژوهشی
دانشکده بهداشت یزد

سال چهاردهم

شماره: ششم

ویژه نامه ۱۳۹۴

شماره مسلسل: ۵۴

تاریخ وصول: ۱۳۹۳/۱۰/۹

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۱۱/۲۵



مقدمه

پرفشاری خون یکی از مهم‌ترین بیماری‌های غیر واگیر در تمام گروه‌های سنی است و اغلب بدون علامت، به آسانی قابل تشخیص و درمان پذیر است (۱).

این بیماری یکی از عوامل خطر اصلی بروز بیماری‌های قلبی عروقی مهم‌ترین علت بروز نارسایی قلبی و سکته مغزی و شایع‌ترین عامل نارسایی کلیوی است (۲).

آمار حاکی از آن است که بیماری‌های قلب و عروق در ایران اولین علت مرگ‌ومیر هستند و پرفشاری خون حدود ۲۰ تا ۲۵٪ افراد بالغ جامعه را گرفتار کرده است که با توجه به بار بیماری ناشی از عوارض آن (مانند سکته مغزی، سکته قلبی، بیماری‌های کلیوی و.....) توجه به آن حائز اهمیت است (۳).

مهم‌ترین اعضایی که در اثر فشارخون بالا آسیب می‌بینند عبارت‌اند از قلب، مغز و کلیه‌ها (۴).

در صورت عدم درمان مناسب ۵۰٪ بیماران مبتلا به پرفشاری خون در اثر بیماری عروق قلبی یا نارسایی قلبی، حدود ۳۳٪ در اثر سکته مغزی و حدود ۱۰ تا ۱۵ درصد در اثر نارسایی کلیه فوت می‌کنند (۲).

از آنجا که پرفشاری خون بدون علامت است ولی با این وجود بسیاری از افراد مبتلا از بیماری خود آگاه نیستند (۵).

شناسایی این افراد و توجه دادن به عوامل مؤثر و قابل اصلاح در جلوگیری از افزایش فشارخون بسیار مفید و اساسی است. این عوامل عبارت‌اند از:

۱- رعایت رژیم غذایی سالم، کاهش مصرف نمک و محدودیت مصرف چربی‌های اشباع‌شده و کلسترول

۲- افزایش مصرف میوه و سبزی‌های تازه

۳- افزایش فعالیت بدنی پرتحرک به مدت حداقل ۳۰ دقیقه و ۳ روز در هفته

۴- تعدیل میزان مصرف کالری و پیشگیری از چاقی

۵- دوری از دود سیگار (۴).

این تحقیق به منظور شناسایی و مقایسه عوامل خطر قابل اصلاح در بیماران مبتلا به فشارخون در جمعیت روستایی بالای ۳۰ سال شهرستان اسلام‌آباد غرب طراحی و اجرا شد.

روش بررسی

روش بررسی: این مطالعه توصیفی به روش مقطعی انجام گرفت جامعه مورد مطالعه ۳۲۰ نفر از بیماران مبتلا به فشارخون بالا در جمعیت روستایی بالای ۳۰ سال شهرستان اسلام‌آباد غرب می‌باشند. که به صورت تصادفی ساده از بین بیماران فشارخونی انتخاب شده‌اند.

ابزار گردآوری داده‌ها در این پژوهش پرسشنامه مشتمل بر دو بخش بود، که در قسمت اول پس از اطلاعات فردی و مشخصات مصاحبه‌شونده، مقدمه‌ای مشتمل بر معرفی کار نوشته شده است. در قسمت دوم سؤالات مربوط به عوامل مرتبط با فشارخون بالا مطرح شده و پرسش‌نامه‌ها به روش مصاحبه تکمیل شد. مصاحبه‌کنندگان به‌روزان خانه بهداشت مربوطه بودند که در مورد تکمیل پرسشنامه آموزش لازم به آن‌ها داده شد. روایی پرسشنامه توسط کارشناسان تأیید و پایایی آن با آلفای کرونباخ ۰/۷۲ مورد تأیید قرار گرفت. در مطالعه مقدماتی ۵٪ از افراد مورد بررسی انتخاب شدند تا به سؤالات پرسشنامه پاسخ دهند و با مشاهده اشکالات موجود در پرسشنامه تغییرات



۷۸٪ افراد در این مطالعه نمک زیادی مصرف می کردند جدول (۲) میزان مصرف ماهی در جامعه مورد مطالعه پایین بود ولی مصرف میوه و سبزیجات ۹۶٪ گزارش شده که در هفته ۳ بار میوه و سبزی مصرف می کردند و زنان در این مطالعه تقریباً دو برابر مردان سبزیجات و میوه مصرف می کردند در ارتباط با استعمال سیگار و مواد دخانی با جنسیت رابطه معنی دار آماری وجود دارد بطوریکه ۹/۶٪ افراد سیگاری و ۳/۵٪ مواد دخانی دیگر مصرف می کردند جدول (۳). در این مطالعه مشخص شد که افراد هیچ گونه فعالیت ورزشی (چه به صورت منظم و چه به صورت نامنظم) ندارند. ۷۴٪ افراد مورد مطالعه سابقه خانوادگی فشارخون دارند جدول (۴) و ۱۲٪ افراد دیابتیک بودند بطوریکه زنان ۳ برابر مردان دیابتیک بودند تقریباً ۸٪ مردان و ۱۳٪ زنان بیماری کلیوی داشتند ولی هیچ یک از افراد داروی خاصی مصرف نمی کردند. حدود ۱۵٪ مردان و ۲۳٪

زنان با سابقه چربی خون بالا بودند.

جدول ۱: توزیع فراوانی جنسی - سنی بیماران فشارخونی

اصلاحی صورت پذیرفت. داده ها بعد از جمع آوری با استفاده از نرم افزار SPSS18 و آزمون های آماری مناسب مثل کای مربع تجزیه و تحلیل شد.

یافته ها

از ۳۲۰ فرد مورد بررسی ۱۰۹ نفر (۳۴٪) مرد و ۲۱۱ نفر (۶۶٪) زن بودند. توزیع جنسی - سنی افراد در جدول (۱) مشاهده می شود و بیشترین مبتلایان فشارخون بالا زنان در گروه های سنی ۵۰ سال به بالا بودند و همچنین بین وضعیت تأهل و شغل با جنسیت رابطه معنی دار آماری وجود دارد بطوریکه بیشترین آمار فشارخون بالا در بین زنان متأهل و خانه دار دیده شده است ۶۲٪ از افراد مورد مطالعه متأهل بودند از نظر شغلی اکثر زنان خانه دار (۹۸٪) و اکثر مردان (۸۶٪) دامدار و کشاورز بودند حدود ۸۱٪ مردان و ۸۲٪ زنان در این مطالعه بی سواد بودند و با توجه به $p = 0.03$ رابطه معنی دار آماری بین میزان تحصیلات با جنسیت در بیماران فشارخونی دیده شده است.

گروه های سنی	مردان	زنان	کل
۳۰-۳۹	۴	۹	۱۳
۴۰-۴۹	۶	۲۶	۳۲
۵۰-۵۹	۲۱	۴۹	۷۰
۶۰-۶۹	۸	۶۱	۷۹
۷۰-۷۹	۳۵	۳۷	۷۲
۸۰-۸۹	۲۵	۲۹	۵۴
جمع	۱۰۹	۲۱۱	۳۲۰



جدول ۲: ارتباط بین مصرف نمک با جنسیت در بیماران فشارخون

مصرف نمک	مردان	زنان	کل
زیاد	۸۱	۱۶۸	۲۴۹
کم	۲۸	۴۳	۷۱
کل	۱۰۹	۲۱۱	۳۲۰

جدول ۳: ارتباط استعمال سیگار با جنسیت در بیماران فشارخونی

استعمال سیگار	مردان	زنان	کل
بله	۱۹	۳	۲۲
خیر	۹۰	۲۰۸	۲۹۸
کل	۱۰۹	۲۱۱	۳۲۰

جدول ۴: ارتباط بین سابقه ابتلا خانوادگی با جنسیت در بیماران فشارخونی

BP در بستگان نزدیک	مردان	زنان	کل
بله	۸۰	۱۵۷	۲۳۷
خیر	۲۷	۴۹	۷۶
نمی‌دانم	۲	۵	۷
جمع	۱۰۹	۲۱۱	۳۲۰

عوامل مؤثر بر فشارخون بالا را مصرف نمک زیاد عنوان کردند

(۶).

بحث و نتیجه‌گیری

در این بررسی مشخص گردید پرفشاری خون در زنان بالای ۵۰ سال شیوع بیشتری دارد که با نتایج اکثر مطالعات همخوانی دارد

نتایج مطالعه مصرف زیاد نمک (۷۸٪) و عدم استفاده از گوشت ماهی در جمعیت مورد مطالعه را نشان داد. در مطالعه‌ای یکی از



بالاتر از حد نرمال جامعه است. (۷٪) در مطالعه مرثی و همکاران (۲۰۱۳) شیوع دیابت در زنان بالاتر از مردان عنوان شده است (۲۷٪/۸ در برابر ۴/۸۶٪) (۹).

در این مطالعه ۱۵٪ مردان و ۲۳٪ زنان سابقه چربی خون بالا داشتند که دلایل آن را می‌توان عدم مصرف ماهی و همچنین کم‌تحرکی افراد عنوان کرد

نتایج مطالعه نشان داد که ۷۴٪ از افراد مورد مطالعه دارای سابقه خانوادگی فشارخون بالا هستند و با مطالعه دباغ منش و همکاران (۲۰۰۷) نتایج مشابه بود بطوریکه سابقه فشارخون در افراد درجه اول خانواده با شیوع بالا در افراد مورد مطالعه همراه بود (۱۲) و با توجه به اثبات رسیدن نقش سابقه خانوادگی وارثی در بیماری فشارخون در مطالعات بالینی این مسئله یک زنگ خطر است. و همچنین ۸٪ مردان و ۱۳٪ زنان مشکل کلوی داشتند که این آمار نگران‌کننده است بخصوص در بین زنان فشارخونی که شیوع بیشتر است و توصیه می‌شود در این جمعیت افراد فشارخونی بالای ۵۰ سال حتماً از نظر سلامت کلیه‌ها مورد معاینه و بررسی قرار بگیرند.

تاکنون چندین برنامه کشوری پیشگیری و کنترل بیماری پرفشاری خون در سطح کشور به انجام رسیده است که از جمله آن‌ها می‌توان به برنامه‌های کشوری سال‌های ۱۳۸۰ و ۱۳۸۱ و ۱۳۸۵ اشاره کرد.

اکنون نیز به نظر می‌رسد که برنامه‌های کلان کشور از جمله غربالگری وسیع در مناطق روستایی از جمله راه‌های اساسی برخورد با این موضوع باشد، هرچند نباید از نقش آموزش بهداشت در معرفی ریسک فاکتورهای فشارخون به‌سادگی گذشت.

در مطالعه‌ای که در منطقه مینودر قزوین انجام گرفت فراوانی قابل توجه فشارخون بالا در زنان را گزارش نمود (۶) و مطالعه نعیمی و هم کاران (۲۰۰۸) در شهرستان به ویر احمد (۷) و یافته‌های مطالعه خانی و هم کاران (۲۰۰۲) در شهرستان طارم مشابه است (۳) و شاید مربوط به سبک زندگی یکسان روستائیان در کشور است (۸).

بر اساس نتایج حدود ۸۱٪ مردان و ۸۲٪ زنان مورد مطالعه بی‌سواد بودند و با توجه به درصد پایین سطح سواد مسلماً سواد بهداشتی آن جمعیت نیز پایین است، که با نتایج مطالعه نعیمی و هم کاران مشابه است (۸۴٪) (۷).

در این مطالعه مشخص گردید مصرف سیگار و سایر مواد دخانی در بیماران فشارخونی حدود ۱۲٪ گزارش شده است که در مطالعه مرثی و هم کاران (۲۰۱۳) نیز ارتباط معنی‌داری بین مصرف سیگار و پرفشاری خون گزارش گردیده است (۹). یکی دیگر از عوامل افزایش آمار فشارخون در جامعه مورد مطالعه عدم انجام فعالیت‌های ورزشی بود که ارتباط معنی‌دار آماری رانشان داد؛ که مشابه نتایج مطالعه مقیمی در یاسوج (بیشتر بیماران مبتلا به پرفشاری خون به‌طور منظم ورزش نمی‌کنند) (۱۰) و مطالعه مظلومی و همکاران در قزوین (فشارخون بالا در افرادی که به‌طور مرتب ورزش می‌کنند به مراتب کمتر از افرادی است که به‌طور مرتب ورزش نمی‌کنند) (۱۱) و مطالعه باریکانی و هم کاران در منطقه مینودر قزوین که ارتباط مثبتی را با ورزش کردن مرتب و کاهش شیوع فشارخون بالا دیاستولی گزارش کرده است (۶).

ابتلا به دیابت ۱۲٪ در این مطالعه گزارش شده است و مسئله حائز اهمیت شیوع ۳ برابری دیابت در زنان نسبت به مردان است که



References

- 1-Narooii B.The relationship between blood pressure and body mass in people over 30 years of Zahedan Vnmayh; Proceedings of the Second Congress on the Prevention of Non-Communicable Diseases;161
- 2-Azizi F, Hatami H, Janghorbani M, Epidemiology and control of common diseases in Iran;2ed,publiation khosravi,23-27
- 3-Alemi A, Rahmani M;Prevalence of hypertension incidence in the population over 30 years and the city GONABAD Journal of Medicine study of 27;No40
- 4-Hatami H,RAzavii m, EftekharArdabili H,Majlesi F,SyedNoozadi M,Parhzadeh MJ,Public health Book; 5 Chapter, 9 Speech,Vazirian SH,1100-1102
- 5 -Samavat T, Hojatzadeh A, Asiabar Z;Disease Control and Prevention's National High Blood Pressure;bahman2001.10
- 6-Barikani A,Saeedi F,Prevalence among women aged 30+ in Minoodar region of Qazvin in 2009
- 7-Naimi E,Malekzadeh J,Hadinia A,Sharifi B,mosavizadeh A; Assessment of Knowledge and Practice of Hypertensive Patients in Boyer Ahmad Twonship in 2008
- 8-Khani M,Vakili MM, Ansari A,Prevalence of hypertention and some related risk factors in rural population affiliated to tarom health network in 2001.journal of Zanzan University of Medical Scinces 2002;10(40):23-8.
- 9-Meraci M,Feizi A,Bagher Nejad M, investigating the Prevalence of high Blood Pressure, Type 2 Diabetes Mellitus and Related Risk Factors According to a large General Study in Isfahan –Using Multivariate Logistic Regression model
- 10-Moghimi M, Salari M,Abbasi A. theHypertention rate and its risk factors in elders of Yasouj 2005.DENA, Quarterly Journal of Yasouj faculty
- 11-Mazloomi R, Mazloomi A,Talebi R. Assesment of hy pretention in Qazvin adults. MD Dissertaton. Medical University of Qazvin. 1999[In Persian]
- 12-Blood pressure levels, risk factors and how to control high blood pressure in adults, Shiraz, Tehran Medical Journal, Vol XI, No. I, Spring 2007.



Factor associated with Hypertension of over 30 years old rural population in Islamabad Gharb – 2013

Vakili M(MD)¹, Hosseini N (MSc)², Farzaneh Z (MSc)³, FalahatiAghda M(BS)⁴, Hosseini A (BS)⁵, Fazelpour Sh(MSc)⁶, Ravandi V(BS)⁴

1. Assistant Professor, Department of Social Medicine, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran
2. Corresponding Author: MSc Student in Health Education and Promotion, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran
3. MSc Student in Health Education and Promotion, Rafsanjan University of Medical Sciences, Rafsanjan, Iran
4. BS Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran
5. BS in Public Health Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran
6. MSc in Health Education and Promotion, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran

Abstract

Introduction: Hypertension is one of the most important non communicable diseases. Hypertension is often asymptomatic but can be easily diagnosed. If left untreated can lead to fatal complications. This study was designed to investigate the factors associated with Hypertension of over 30 years old rural population in Islamabad Gharb.

Methods: This cross sectional study conducted on 320 hypertensive cases which selected randomly. Data was collected by a questionnaire that its validity was confirmed by experts. Its reliability was verified in pilot study. Data was analyzed by spss18 soft ware and appropriate tests such as chi- square and t-test.

Results: Of 320 patients, 109 (%34) were male and 211 (%66) were female. %81 of male and %82 of female were illiterate. %78 of studied population stated that they Consumes too much salt. Consumption of fish was very low but consumption of fruit and Vegetables was good (%96). Family histors of Hypertension in %74 of cases was positive. Frequency of Diabetes in patients was %12 and in women was 3 times more than men. About %15 of men and %23 of women reported Hyperlipidemia and %8 of men and %13 of women reported renal disease.

Conclusion: In studied population Consumption of fish was very low and Consumption of salt was too much. Screening and face to face education of population is recommended for control of Hypertension in this area.

Keywords: Hypertension, Risk factor, rural population Islamabad gharb